

KEMAMPUAN MOTORIK DASAR SISWA KELAS IV DAN V
SD N KERATON YOGYAKARTA
TAHUN AJARAN 2015/2016

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Firman Ardiansyah
NIM 12604221045

PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **“Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”** yang disusun oleh Firman Ardiansyah, NIM 12604221045 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 27 Juni 2016
Dosen Pembimbing



Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”, benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 27 Juni 2016

Yang menyatakan,



Firman Ardiansyah

NIM. 12604221045

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”, yang disusun oleh Firman Ardiansyah, NIM 12604221045 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji skripsi FIK pada tanggal 15 Juli 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Erwin Setyo K, M.Kes	Ketua Penguji		15/8 ¹⁶
Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		08/8 ¹⁶
Dr. Subagyo	Penguji I		05/8 ¹⁶
Komarudin, M.A	Penguji II		05/8 ¹⁶

Yogyakarta, Agustus 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

“Tatkala waktuku habis tanpa karya dan pengetahuan, lantas apa makna umurku selama ini?” (K.H Mustofa Bisri)

“Ya Allah, tidak ada kemudahan kecuali apa yang Engkau jadikan mudah. Sedang yang sulit bisa Engkau jadikan mudah, apabila Engkau menghendaki menjadi mudah.”(HR. Ibnu Hibban)

“Kamu selalu bisa melakukan lebih dari apa yang kamu pikirkan”
(Firman Ardiansyah)

PERSEMBAHAN

“Karya ini aku persembahkan untuk Bapak Widodo dan Ibu Ida Widiarti kedua orangtuaku tercinta, yang telah memberikan dukungan dan nasehat yang tak pernah putus. Terima kasih banyak atas doa dan perhatiannya hingga saat ini, lewat doa yang selalu terlantun dari kedua bibir yang tak pernah terhenti kepada Allah SWT kau panjatkan untuk putramu ini. Terimakasih juga untuk kakaku Aditya Kurniawan dan adik-adikku Radifa Primayoga & Daffa Raihan Allamsyah terimakasih atas doa dan dukungannya selama ini.”

**KEMAMPUAN MOTORIK DASAR SISWA KELAS IV DAN V
SD N KERATON YOGYAKARTA
TAHUN AJARAN 2015/2016**

Oleh:
Firman Ardiansyah
12604221045

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi kapasitas kemampuan motorik yang belum maksimal mengakibatkan kurang mendukung bagi siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dalam mengikuti kegiatan pembelajaran Penjasorkes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri Keraton Yogyakarta tahun ajaran 2015/2016.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan metode survei dalam bentuk tes dan pengukuran. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta, yang berjumlah 37 siswa (22 siswa putra dan 15 siswa putri). Instrumen yang digunakan adalah *motor ability test* dari Nurhasan (2004) yang terdiri dari : tes *shuttle run* 4x10 meter, tes lempar tangkap ke tembok jarak 1 meter, tes *stork stand positional balance*, tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta, untuk siswa putra adalah 1 siswa (5%) kategori “sangat tinggi”, 6 siswa (27%) kategori “tinggi”, 8 siswa (36%) kategori “sedang”, 6 siswa (27%) kategori “rendah”, 1 siswa (5%) kategori “sangat rendah”. Sedangkan untuk kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta terdapat 2 siswa (13%) kategori “sangat tinggi”, 1 siswa (7%) kategori “tinggi”, 8 siswa (53%) kategori “sedang”, 3 siswa (20%) kategori “rendah”, 1 siswa (7%) kategori “sangat rendah”. Maka sebagian besar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta memiliki kemampuan motorik dalam kategori sedang.

Kata kunci : *Kemampuan motorik, siswa kelas atas*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016” ini akhirnya terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuh hati bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan kerjasama berbagai pihak, untuk itu peneliti menyampaikan banyak terimakasih secara tulus kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan pembimbing skripsi, Bapak Erwin Setyo K, M.Kes. yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, saran, dorongan, dan dengan sabar membimbing sehingga skripsi ini dapat selesai.
4. Kaprodi PGSD Penjas, Bapak Guntur, M.Pd. yang telah menyetujui dan mengijinkan pelaksanaan penelitian ini.
5. Penasehat Akademik, Bapak Heri Purwanto, M.Pd. yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan dan nasihat.

6. Bapak/Ibu dosen dan Seluruh Civitas akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat.
7. Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa SD N Keraton Yogyakarta yang telah berperan serta dalam membantu penelitian.
8. Semua teman PGSD Penjas A 2012 yang telah memberikan dukungan dan semangat serta kebersamaannya selama menempuh pendidikan S1 di Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Semua teman-teman Swalu Kogowatocu terimakasih atas segala dukungan semangat dan bantuan serta kebersamaannya sampai saat ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu atas saran, skritik, dan bantuannya demi kelancaran penulisan skripsi ini.

Segala bentuk bantuan selama penelitian sehingga selesainya skripsi ini, dapat menjadi amal baik dan ibadah, serta mendapat imbalan yang layak dari Allah SWT. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Yogyakarta, Juni 2016

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	
1. Hakikat Kemampuan Motorik	10
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik	12
3. Fungsi Kemampuan Motorik	15
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik	17
5. Karakteristik Siswa Kelas Atas	21

B. Penelitian yang Relevan	23
C. Kerangka Berfikir	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
C. Populasi Penelitian	27
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	28
E. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	34
1. Data Kelincahan Siswa	
Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	34
2. Data Koordinasi Siswa	
Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	37
3. Data Keseimbangan Siswa	
Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	39
4. Data Kecepatan Siswa	
Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	42
B. Hasil Analisis Data Penelitian	45
C. Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	53
B. Implikasi Hasil Penelitian	53
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	54
D. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel. Kategori Kemampuan Motorik	32
Tabel 1. Kategori Data Kelincahan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	34
Tabel 2. Kategori Data Kelincahan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	36
Tabel 3. Kategori Data Koordinasi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	37
Tabel 4. Kategori Data Koordinasi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	38
Tabel 5. Kategori Data Keseimbangan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	40
Tabel 6. Kategori Data Keseimbangan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	41
Tabel 7. Kategori Data Kecepatan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	42
Tabel 8. Kategori Data Kecepatan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	44
Tabel 9. Kategori Data Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	46
Tabel 10. Kategori Data Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.....	47

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Kelincahan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	35
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kelincahan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	36
Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Koordinasi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	38
Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Koordinasi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	39
Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Keseimbangan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	40
Gambar 6. Diagram Batang Tingkat Keseimbangan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	42
Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kecepatan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	43
Gambar 8. Diagram Batang Tingkat Kecepatan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	44
Gambar 9. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	46
Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	57
Lampiran 2. Sertifikat Kalibrasi <i>Stopwatch</i>	58
Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi Ban Ukur.....	60
Lampiran 4. Surat Keterangan	62
Lampiran 5. Tabel Data Kasar Siswa Kelas IV	63
Lampiran 6. Tabel Data Kasar Siswa Kelas V	64
Lampiran 7. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putra.....	65
Lampiran 8. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putri.....	66
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	67

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan sosial, kestabilan emosi, penalaran dan juga meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa secara umum melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktifitas fisik. Oleh karenanya pendidikan jasmani harus diutamakan karena mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran.

Konsep dasar pendidikan jasmani merupakan wadah bagi siswa agar bisa bergerak secara luas. Di sekolah dasar umur 6-12 tahun, merupakan saat siswa membutuhkan situasi dan atmosfer untuk mengeksplor gerak melalui berbagai aktifitas yang menyenangkan seperti bermain. Melalui aktivitas bermain dalam penjas siswa dapat tersalurkan kemampuan gerak motoriknya.

Mengetahui kemampuan gerak motorik siswa sangat penting bagi guru penjas, agar dapat mengelompokkan siswa berdasarkan kemampuan gerak motoriknya, dalam proses pembelajaran penjas di sekolah. Memberikan arahan dan bimbingan agar siswa mampu melakukan gerakan sesuai dengan kemampuan dan kondisi fisik yang sesuai dengan pertumbuhannya. Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh aktifitas fisik. Umumnya aktifitas fisik dilakukan oleh semua orang, tanpa tekecuali juga anak-anak. Anak –anak tidak disadari juga melakukan aktivitas fisik setiap harinya lebih banyak dalam bentuk bermain. Pada

dasarnya anak suka bermain, dalam bermain kemampuan motorik anak secara langsung dapat dilihat saat mereka bermain, baik itu di rumah maupun saat di sekolah, itu merupakan contoh sederhana dari aktivitas anak-anak yang secara langsung menggunakan kemampuan motorik tersebut.

Kemampuan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Pada manusia perkembangan motorik merupakan kemampuan gerak dari bayi sampai dewasa melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan gerak. Aspek perilaku dan perkembangan motorik keduanya saling mempengaruhi satu sama lain saling berkaitan. Keterampilan motorik merupakan suatu kebutuhan yang memang harus diberikan sejak usia sekolah dasar melalui pendidikan jasmani. Secara tidak langsung kemampuan motorik yang dilakukan siswa akan terbawa di lingkungan di luar sekolah seperti di lingkungan tempat bermain dan juga di lingkungan keluarga. Aktivitas sehari-hari seperti bermain akan menunjang pertumbuhan postur tubuhnya dari masa anak-anak sampai dewasa nanti. Karenanya kemampuan motorik sebaiknya diketahui, dibenahi dan baiknya ditingkatkan sejak dini agar pertumbuhan siswa dapat berkembang dengan baik.

Pendidikan jasmani melibatkan peserta didik dalam setiap kegiatan untuk mengetahui dan meningkatkan kemampuan gerak motorik, agar mereka memiliki kualitas kemampuan gerak motorik yang baik, yang merupakan fondasi untuk meningkatkan keterampilan yang terdapat dalam berbagai cabang olahraga. Memiliki kemampuan motorik yang baik dan benar merupakan salah satu modal utama untuk mengembangkan keterampilan motorik yang lebih spesifik lagi bagi siswa itu sendiri.

Kemampuan motorik seorang siswa berkembang secara bertahap dan unik pada setiap individunya. Perkembangan motorik kasar berbanding lurus dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, oleh karena itu faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik pada anak menurut Soetjiningsih (2012:2) yang dikutip oleh Yhana Pratiwi dan M. Kristanto (2015: 23-24) beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak antara lain adalah faktor lingkungan seperti, 1. Faktor fisik meliputi (cuaca, musim keadaan geografis suatu daerah, sanitasi, keadaan rumah, dan radiasi), 2. Psikososial meliputi (stimulasi, motivasi belajar, ganjaran ataupun hukuman yang wajar, kelompok sebaya, stres, sekolah, cinta & kasih sayang, dan kualitas interaksi anak-orang tua).

Sekolah Dasar merupakan lingkungan tempat belajar. Tempat siswa menimba ilmu dan berinteraksi antar teman sebaya. Interaksi yang tidak hanya berlangsung di dalam kelas saja tetapi juga di luar kelas bisa melalui pembelajaran penjas. Interaksi siswa saat bermain dalam suatu permainan di sekolah baik saat pembelajaran penjas maupun di luar jam pelajaran seperti pada jam istirahat secara langsung menggunakan kemampuan motorik. Sehingga setiap harinya saat siswa berada di sekolah pasti melakukan aktivitas gerak yang berpengaruh pada kemampuan motoriknya. Bahwasanya Sekolah Dasar itu merupakan tempat siswa mendapatkan ilmu yang berguna sebagai landasan dan juga fondasi untuk kedepannya.

Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta merupakan salah satu Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta yang beralamat di Jalan Ngasem No.38 Kemasan 49 Kadipaten Kraton Yogyakarta. SD N Keraton Yogyakarta memiliki 6 ruang kelas,

satu ruang kepala sekolah, satu ruangan UKS, ruang guru dan tata usaha, ruang gudang, perpustakaan, dan koperasi siswa. Kurikulum yang digunakan di SD N Keraton Yogyakarta menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dengan alokasi waktu satu jam pembelajaran 35 menit.

Ditinjau dari kondisi tata letak SD N Keraton Yogyakarta yang berada di kota, jarak antara satu bangunan dengan yang lain saling berhimpitan. Dekat sekali dengan pemukiman penduduk yang hanya dibatasi dengan tembok, jalan dan gang yang sempit. Membuat kurang nyamannya siswa dalam belajar. Antar kelas yang satu dengan yang lain hanya dibatasi pintu karena pemugaran tidak dapat dilakukan sepenuhnya dikarenakan bangunan utama yang dipakai merupakan cagar budaya yang telah ditetapkan oleh pihak Keraton Yogyakarta. Pembangunan sulit dilakukan karena depan, belakang dan samping sudah tembok dan rumah milik warga. Aktivitas gerak siswa pun terhambat dan kurang leluasa. Jika ditinjau dari aspek pembelajaran penjas yang berlangsung di SD Negeri Keraton Yogyakarta terkendala pada sarana dan prasarana yang kurang mendukung seperti bola yang sudah tidak layak pakai dan jumlahnya tidak sesuai dengan jumlah siswa, tidak ada matras yang menunjang untuk pembelajaran gerak dasar senam, kun banyak yang pecah dan jumlahnya sedikit. Keterbatasan sarana prasarana pendidikan jasmani di SD Negeri Keraton Yogyakarta memungkinkan menjadi penyebab penghambat dari pelaksanaan pendidikan jasmani yang kurang maksimal, ditambah lingkungan SD Negeri Keraton Yogyakarta yang bisa dikatakan kurang luas.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di SD Negeri Keraton Yogyakarta antara lain, prasarana yang digunakan sebagai tempat pembelajaran

penjas adalah halaman sekolah seluas lapangan badminton dan lahan kosong dekat Keraton yang cukup jauh ± 700 m, sehingga memakan waktu yang cukup lama ± 12 menit. Sarana yang dipakai juga sangat minim untuk mendukung proses pembelajaran penjas sehingga mempengaruhi aktivitas fisiknya. Peran siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak juga sangat penting, apabila siswa mempunyai kemampuan gerak yang baik maka siswa cenderung lebih mudah dalam menerima dan melakukan keterampilan dalam berolahraga. Dilihat dari kondisi fisik siswa di SD Negeri Keraton Yogyakarta, siswa sebenarnya dapat melakukan gerak yang sesuai dengan kondisi fisiknya tetapi siswa tidak terlihat melakukannya. Itu bisa saja terjadi karena kurang pemahaman guru terhadap siswanya bahwa sebenarnya siswa itu bisa melakukannya lebih dari yang ia lakukan. Pemahaman diberikan agar kemampuan motorik siswa berkembang sesuai dengan kondisi fisiknya.

Perkembangan kemampuan motorik dapat dilihat dari beberapa aspek, diantaranya seperti kecepatan, kelincahan, koordinasi dan keseimbangan. Dalam pembelajaran penjas di dalamnya pasti ada aspek motorik yang digunakan. Pembelajaran penjas di SD Negeri Keraton Yogyakarta tidak terlepas dari kendala yang dihadapi pada saat pembelajaran berlangsung. Ada aspek-aspek kemampuan motorik yang kurang diperlihatkan secara maksimal oleh siswa saat melakukan gerakan.

Dilihat dari aspek kecepatan, kemampuan siswa SD Negeri Keraton Yogyakarta saat pembelajaran penjas cenderung kurang maksimal. Tingkat kemauan bersaing yang rendah. Belum menemukan irama langkah dan

memaksimalkan gerakan tungkai yang seharusnya dapat dilakukan. Kondisi anak yang sudah capek dalam perjalanan menuju lapangan yang cukup jauh.

Dari aspek kelincahan, siswa SD Negeri Keraton Yogyakarta memiliki kemampuan kelincahannya yang berbeda-beda. Beberapa ada yang berbadan besar sehingga dalam mengubah posisi tubuh saat bergerak cepat sangat sukar. Sarana yang digunakan ketika pembelajaran terbatas, sehingga pergerakan siswa saat pembelajaran kurang adanya variasi gerak yang mengacu pada kelincahan. Kurang antusiasme anak yang lebih sering bercanda sehingga anak dalam melakukan gerakan kurang paham dan tidak maksimal yang mengarah pada kemampuan kelincahan.

Koordinasi siswa SD Negeri Keraton Yogyakarta masih kurang. Berkaitan dengan pemahaman dan penggunaan sistem saraf yang perlu dilatih dan dikembangkan. Reaksi yang masih lambat dalam menerima rangsangan. Masih ada rasa kurang percaya diri dan takut. Dilihat dari koordinasi mata dan tangan saat bermain bola voli, masih adanya rasa takut sakit yang terjadi biasanya pada anak perempuan. Tingkat konsentrasi dan fokus yang masih mudah hilang.

Aspek keseimbangan yang dimiliki siswa di SD Negeri Keraton Yogyakarta, juga perlu ditingkatkan. Kemampuan otot kaki yang masih lemah. Masih banyak bercanda gurau yang mengurangi kemampuan dalam melakukan keseimbangan. Kurangnya konsentrasi dan fokus melalui penglihatan dan juga pendengaran.

Aspek-aspek perkembangan motorik dasar penting dipelajari dan dipahami baik guru maupun siswa pada saat pembelajaran penjas karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik dan perkembangannya yang terbentuk

dalam penguasaan keterampilan gerak sehingga apabila siswa memiliki kemampuan gerak yang baik siswa akan memiliki dasar untuk menguasai keterampilan gerak khusus kedepannya.

Berdasarkan uraian di atas, serta belum adanya penelitian yang dilakukan di SD Negeri Keraton Yogyakarta maka diperlukan penelitian tentang “kemampuan motorik dasar siswa kelas atas SD Negeri Keraton Yogyakarta” sebagai bahan pertimbangan Guru Pendidikan Jasmani di sekolah tersebut dalam melakukan pembelajaran dan memberikan metode pembelajaran yang sesuai serta modifikasi-modifikasi permainan yang menunjang perkembangan kemampuan motorik anak pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi berbagai masalah sebagai berikut :

1. Masih banyak siswa yang sering bercanda pada saat pembelajaran penjas sehingga kurang bisa melakukan gerak dasar keseimbangan.
2. Keterbatasan sarana dan prasarana di SD N Keraton Yogyakarta sehingga menghambat pembelajaran penjas terutama lapangan.
3. Siswa sering merasa capek sesampainya di lapangan, dikarenakan jarak lapangan yang cukup jauh ± 700 meter dari sekolah sehingga dalam melakukan gerak lari pada saat pembelajaran penjas gerakan tungkai kaki tidak maksimal.
4. Beberapa siswa SD Negeri Keraton Yogyakarta berbadan gemuk sehingga dalam melakukan gerakan mengubah posisi tubuh saat bergerak cepat sangat sukar.

5. Masih adanya rasa takut dan kurang percaya diri saat bermain dengan menggunakan alat seperti bola dan pemukul.
6. Belum diketahui tingkat kemampuan motorik dasar siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, untuk membatasi permasalahan penelitian ini peneliti membatasi penelitian ini pada “tingkat kemampuan motorik dasar siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalahnya adalah: “Seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik dasar siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik dasar siswa kelas IV dan V SD Negeri Keraton Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui hasil penelitian kemampuan motorik dasar siswa kelas atas SD Negeri Keraton Yogyakarta dapat memberikan manfaat antara lain :

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan baik sebagai ilmu pengetahuan, gambaran dan referensi bagi para guru penjas, peneliti, lembaga dan untuk umum terkait dengan pembelajaran motorik agar lebih

memperhatikan kemampuan motorik anak sejak dini terkait dalam bidang olahraga.

2. Praktis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani diharapkan dapat memberikan masukan untuk dapat lebih meningkatkan kemampuan gerak dasar motorik siswa khususnya di sekolah dasar.
- b. Bagi siswa, memudahkan bagi siswa mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik yang dimiliki serta bisa sebagai acuan untuk meningkatkan kemampuan gerak motoriknya .
- c. Bagi sekolah dapat dipergunakan sebagai sarana mengevaluasi keberhasilan pembelajaran penjas di sekolah.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik juga disebut dengan kemampuan gerak. Menurut Rusli Lutan (1988: 96) kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. Menurut Amung Ma'mun (2000: 20) kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Motorik merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat berpengaruh terhadap perilaku dalam kehidupan sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh dimasa remaja dan dewasa.

Motorik (*motor*) menyebabkan terjadinya suatu gerak (*movement*), maka setiap penggunaan kata motorik selalu dikaitkan dengan gerak dan di dalam penggunaan sehari-hari sering tidak dibedakan antara motorik dengan gerak (Samsudin, 2008: 10). Namun yang harus selalu diperhatikan adalah bahwa gerak yang dimaksudkan di sini bukan hanya semata-mata berhubungan dengan gerak seperti yang kita lihat sehari-hari, yakni gerak anggota tubuh (tangan, lengan, kaki, dan tungkai) melalui alat gerak tubuh (otot dan rangka). Kemampuan adalah keseluruhan potensi yang dimiliki seseorang untuk menyelesaikan tugasnya dengan baik mengenai tugas fisik dan mentalnya (Yhana Pratiwi dan M. Kristanto, 2015: 21).

Kemampuan motorik dalam bidang olahraga lebih menggunakan otot-otot besar. Menurut Sumantri (2005: 99) kemampuan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak usia dini tergolong pada kemampuan gerak dasar, kemampuan ini dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Selanjutnya kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori, yaitu non okomotor, lokomotor, dan manipulatif.

a. Gerak Nonlokomotor

Gerak nonlokomotor adalah suatu gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dll.

b. Gerak Locomotor

Kemampuan gerak lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain untuk mengangkat tubuh ke atas seperti, lompat dan loncat (Amung Ma'mun, 2000: 20). Gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lainnya. Ke dalam keterampilan ini termasuk gerakan-gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, *hop*, berderap, *skip*, *slide*, dan sebagainya.

c. Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan objek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian

tubuhnya untuk memanipulasi benda di luar dirinya. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri atas gerakan mendorong (melempar, memukul, dan menendang), gerakan menerima (menangkap) objek (Depdiknas, 2002: 12).

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan keterampilan gerak. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi atau kemampuan untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasainya. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan gerak motorik menurut Fleisman (dalam Amung Ma'mun, 2000: 78) kemampuan gerak motorik terdiri atas:

- a. Kecermatan kontrol (*control precision*): terutama melibatkan gerakan-gerakan yang dikontrol otot besar.
- b. Koordinasi anggota badan (*multilimb coordination*): koordinasi bersama dari gerakan-gerakan sejumlah anggota badan.
- c. Orientasi ruang (*response orientation*): pemilihan respon yang benar (diskriminasi visual), tanpa memperhatikan ketepatan dan koordinasi.
- d. Waktu reaksi (*reaction time*): kecepatan merespon suatu stimulus.
- e. Kontrol kecepatan (*rate control*): penyesuaian gerak secara antisipatif yang terus-menerus pada tanda-tanda keadaan yang berubah-ubah.

- f. Kecepatan gerak lengan (*speed am movement*):
kecepatan dimana ketepatan tidak penting.
- g. Ketangkasan manual (*manual dexterity*):
manipulasi objek-objek besar di bawah kondisi kecepatan.
- h. Ketangkasan jemari (*finger dexterity*):
manipulasi objek-objek kecil dengan ketepatan dan kontrol.
- i. Kestabilan lengan-lengan (*am-hand steadiness*):
pengontrolan gerak lengan dengan tangan, baik ketika tanpa berpindah tempat maupun pada saat berpindah.
- j. Kecepatan pergelangan-jari (*Wrist-finger speed*):
kegiatan menepuk atau mengetuk.
- k. Kepekaan kinestetik (*kinesthetic sensivity*):
menyangkut kepekaan untuk menyadari posisi anggota tubuh dalam hubungannya dengan posisi.

Menurut Nurhasan (2004: 6.6), kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar diukur menggunakan tes *motor ability*, dengan empat butir tes untuk mengukur unsur-unsur kemampuan motorik. Keempat butir tes tersebut mengukur kelincahan, koordinasi, keseimbangan tubuh dan kecepatan.

a. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari *zig-zag* semakin cepat waktu yang di tempuh, maka semakin tinggi kelincahannya.

b. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas kerja yang kompleks. Menurut Husdarta dan Yudha M (2000: 21) koordinasi adalah berupa kemampuan untuk mengatur keserasian gerak bagian-bagian tubuh. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan sistem saraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota

tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak mudah dan lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.

c. Keseimbangan tubuh

Keseimbangan atau stabilitas, secara tradisional didefinisikan sebagai suatu keadaan seimbang antara tenaga yang berlawanan (Amung Ma'mun, 2000: 32). Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada satu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari satu tempat ke tempat lain.

d. Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelenturan dalam satuan waktu tertentu.

Menurut Singer yang dikutip oleh Amung Ma'mun (2000: 79) lebih menyukai memilih empat kemampuan yang bersifat lebih langsung hubungannya dengan keterampilan olahraga, yaitu koordinasi, kinestetis, keseimbangan, dan kecepatan gerak.

a. Koordinasi

Koordinasi dianggap sebagai kemampuan untuk mengontrol bagian-bagian tubuh yang terpisah yang terlibat di dalam suatu pola gerakan yang kompleks dan menyatukan bagian-bagian tersebut dalam upaya yang tunggal, halus dan berhasil untuk mencapai tujuan.

b. Kinestetis

Kinestetis atau disebut juga proprioceptif umumnya menunjuk pada kemampuan indera untuk memberikan informasi tentang posisi

tubuh dalam ruang dan hubungannya dengan bagian-bagian tubuhnya.

c. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan untuk memelihara posisi tubuh. Karena posisi tubuh bisa berubah-ubah, maka kemampuan dalam menjaga posisinya ini dibedakan antara kemampuan keseimbangan statis (pada saat diam) dan keseimbangan dinamis (pada saat badan bergerak)

d. Kecepatan gerak

Kecepatan gerak adalah kemampuan untuk memindahkan tubuh atau anggotanya dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa unsur-unsur kemampuan motorik meliputi waktu reaksi, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kinestetis dan ketangkasan.

3. Fungsi Kemampuan Motorik

Gerak adalah sesuatu yang mendasar dalam perilaku kehidupan setiap manusia. Setiap gerak yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dapat diamati. Kemampuan motorik penting dipelajari dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik dan dalam pengembangannya penguasaan keterampilan gerak oleh siswa dapat berdampak pada prestasi yang meningkat. Kemampuan motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan (Rusli Lutan 1988: 96).

Tujuan dan fungsi kemampuan motorik sering tergambar dalam kemampuan anak menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Jika tingkat

keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukannya efektif dan efisien (Samsudin, 2008: 8).

Kemampuan tersebut sangat penting bagi guru Penjaskes, bagi kepentingan pengelompokan siswa berdasarkan kemampuan gerak dasarnya, dalam proses pembelajaran Penjaskes di Sekolah. Menurut Nurhasan (2004: 6.1) informasi tentang kemampuan gerak dasar umum ini pada awal tahun ajaran, merupakan bahan masukan dalam merancang kegiatan pembelajaran Penjaskes yang akan diberikan kepada siswa. Penguasaan gerak dasar yang baik dan benar, merupakan modal utama dalam mengembangkan keterampilan yang pada akhirnya bermuara pada prestasi.

Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan motorik khusus. Semua unsur-unsur motorik pada setiap anak dapat berkembang melalui kegiatan olahraga dan aktivitas bermain yang melibatkan otot. Semakin banyak anak melakukan gerak, tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangan dan kesiapan dalam menerima dan melakukan aktivitas motorik.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kesiapan setiap individu yang berguna untuk meningkatkan keterampilan dalam gerak motorik ke jenjang yang lebih tinggi . Kemampuan gerak sangat penting diberikan dan dipelajari karena kemampuan gerak merupakan bagian

dari ranah psikomotorik dan dalam pengembangannya penguasaan keterampilan gerak.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak yang juga berdampak pada kemampuan motorik, menurut Samsudin (2008: 8) perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh gizi, status kesehatan, dan perlakuan motorik yang sesuai dengan masa perkembangannya.

Motorik kasar seorang anak berkembang secara bertahap dan unik pada setiap individunya. Perkembangan motorik kasar anak berbanding lurus dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, oleh karena itu faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak secara garis besarnya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak yang dipaparkan oleh Soetjiningsih yang dikutip oleh Yhana pratiwi (2015: 23-24) yaitu :

a. Faktor Genetik

Faktor genetik merupakan modal dasar dalam mencapai hasil akhir proses tumbuh kembang anak.

b. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapainya atau tidaknya potensi bawaan. Faktor lingkungan ini secara garis besar dibagi menjadi:

1) Faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor pranatal), antara lain: gizi ibu pada waktu hamil, mekanis, toksin/zat kimia, sendikrin, radiasi, infeksi, stres, imunitas, anoksia embrio.

2) Faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (faktor post natal), antara lain :

a) Lingkungan biologis, antara lain: ras/suku bangsa, jenis kelamin, umur, gizi, perawatan kesehatan, kepekaan terhadap penyakit, penyakit kronis, fungsi metabolisme, hormon.

- b) Faktor fisik antara lain : cuaca, musim, keadaan geografis suatu daerah, sanitasi, keadaan rumah, radiasi.
- c) Faktor psikososial, antara lain: stimulasi, motivasi belajar, ganjaran ataupun hukuman yang wajar, kelompok sebaya, stres, sekolah, cinta dan kasih sayang, kualitas interaksi anak-orang tua.
- d) Faktor keluarga dan adat istiadat, antara lain: pekerjaan/pendapatan keluarga, pendidikan ayah/ibu, jumlah saudara, jenis kelamin dalam keluarga, stabilitas rumah tangga, kepribadian ayah/ibu, adat-istiadat, norma-norma, tabu-tabu, agama, urbanisasi, kehidupan politik dalam masyarakat yang mempengaruhi prioritas kepentingan anak, anggaran, dan lain-lain.

Disamping beberapa faktor di atas dalam buku yang ditulis Heri Rahyubi (2012: 225-227) faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik, antara lain: perkembangan sistem saraf, kondisi fisik, motivasi yang kuat, lingkungan yang kondusif, aspek psikologis, usia, jenis kelamin, serta bakat dan potensi.

a. Perkembangan sistem saraf

Sistem saraf sangat berpengaruh dalam perkembangan motorik karena sistem saraf yang mengontrol aktivitas motorik pada tubuh manusia. Pertumbuhan susunan saraf ini dapat dikatakan berlangsung dengan cepat sekali selama dalam kandungan dan 3 sampai 4 tahun pertama setelah dilahirkan (Elizabet, 1978: 127).

b. Kondisi fisik

Karena perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan fisik, maka kondisi fisik tentu saja sangat berpengaruh pada perkembangan motorik seseorang. Seseorang yang normal biasanya perkembangan motoriknya akan lebih baik dibandingkan orang lain yang memiliki kekurangan fisik. Dilihat dari segi pertumbuhan dan perkembangan fisik, pada usia sekolah

dasar ini merupakan periode pertumbuhan fisik yang lambat dan relatif seragam sampai mulai terjadi perubahan-perubahan pubertas (Desmita, 2010: 74).

c. Motivasi yang kuat

Motivasi adalah perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan (Oemar Hamalik, 2013: 158). Seseorang yang punya motivasi kuat untuk menguasai keterampilan motorik tertentu biasanya telah punya modal besar untuk meraih prestasi. Kemudian ketika seseorang mampu melakukan suatu aktivitas motorik dengan baik, maka kemungkinan besar dia akan termotivasi untuk menguasai keterampilan motorik yang lebih luas dan lebih tinggi lagi.

d. Lingkungan yang Kondusif

Perkembangan motorik seorang individu kemungkinan besar bisa berjalan optimal jika lingkungan tempatnya beraktivitas mendukung dan kondusif. Menurut Oemar Hamalik (2013: 195) lingkungan adalah sesuatu yang ada di alam sekitar yang memiliki makna dan/atau pengaruh tertentu kepada individu. Lingkungan di sini bisa berarti fasilitas, peralatan, sarana, dan prasarana. Bisa juga berarti lingkungan tempat beraktivitas dan juga di sekitar tempat aktivitas yang baik dan kondusif.

e. Aspek Psikologis

Aspek psikologis, dan kejiwaan sudah barang tentu sangat berpengaruh pada kemampuan motorik. Hanya seseorang yang kondisi psikologisnya baiklah yang mampu meraih keterampilan motorik yang baik pula.

f. Usia

Usia sangatlah berpengaruh pada aktivitas pada aktivitas motorik seseorang. Seorang bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan tua tentu saja punya karakteristik keterampilan motorik yang berbeda pula. Usia secara kronologis mempengaruhi kematangan pada kesiapan dan kemampuan untuk mempelajari dan menampilkan tugas tertentu (Amung Ma'mun, 2000: 73).

g. Jenis Kelamin

Dalam keterampilan motorik tertentu, misalnya olahraga, faktor jenis kelamin cukup berpengaruh. Menurut Amung Ma'mun (2000: 73) jenis kelamin mempengaruhi komposisi tubuh, pengalaman, faktor-faktor budaya pada pelaksanaan kegiatan, dan keinginan untuk berprestasi. Dalam beberapa cabang olahraga seperti renang, bulutangkis, volley, tenis, sepak bola, tinju, karate dan masih banyak lagi, seorang laki-laki tentu lebih kuat, lebih cepat, lebih terampil, dan lebih gesit dibanding perempuan.

h. Bakat dan Potensi

Bakat dan potensi juga berpengaruh pada usaha meraih keterampilan motorik. Bakat atau bawaan mempunyai pengaruh terhadap

perkembangan individu (Desmita, 2010: 27). Misalnya, seseorang mudah diarahkan untuk menjadi pesepakbola handal jika dia punya bakat dan potensi sebagai pemain bola. Begitu juga pada bidang keterampilan motorik lainnya. Meskipun begitu, bakat dan potensi bukan satu-satunya faktor yang bisa menjamin kesuksesan seseorang untuk meraih keterampilan motorik tertentu.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan siswa dapat ditingkatkan dengan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan gerak siswa secara umum dapat dibagi menjadi dua yaitu intrinsik seperti gen dan ekstrinsik seperti lingkungan sekolah, keluarga, dan lingkungan tempat bermain.

5. Karakter Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas

Siswa atau peserta didik berstatus sebagai subjek dari pendidikan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia siswa adalah murid (terutama pada tingkat sekolah dasar dan menengah), bisa disebut juga pelajar. Siswa adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan di bawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur. Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran bagi anak sebagai siswa. Pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun anak juga berada dalam taraf perkembangan fisik dan psikis.

Di sekolah dasar siswa dibagi menjadi dua, siswa kelas bawah dan siswa kelas atas. Siswa kelas bawah (I,II,III) dan siswa kelas atas (IV,V,VI). Siswa kelas atas memiliki karakter fisik yang mempengaruhi kemampuan gerakanya seperti ukuran tubuh. Dengan terus bertambahnya berat dan kekuatan badan, maka selama masa pertengahan dan akhir anak-anak ini perkembangan motorik menjadi lebih halus dan lebih terlihat lebih cepat dalam berlari dan makin pandai meloncat (Heri Rahyubi, 2012: 235). Dapat dilihat anak juga makin mampu menjaga keseimbangan badannya. Penguasaan badan, seperti membongkok, melakukan bermacam-macam gerakan serta aktivitas olahraga berkembang pesat.

Anak-anak pada usia 10-12 tahun sering membuat permainan dengan peraturan yang dibuat sendiri bersama teman sebayanya. Sebab mereka sudah dapat memahami dan menaati aturan-aturan suatu permainan. Partisipasi anak-anak dalam bidang olahraga dapat memberikan latihan dan kesempatan untuk belajar bersaing, meningkatkan harga diri, dan perluasan pergaulan dalam persahabatan dengan teman-teman sebaya.

Lebih lanjut karakteristik anak kelas atas menurut H. Syamsu Yusuf (2004: 25) masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar, kira-kira umur 9 atau 10 sampai umur 12 atau 13 tahun. Beberapa sifat khas anak-anak pada masa ini ialah:

- a. Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
- b. Amat realistik, ingin mengetahui, ingin belajar.

- c. Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor (bakat-bakat khusus).
- d. Sampai kira-kira umur 11 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Selepas umur ini pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha untuk menyelesaikannya.
- e. Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
- f. Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi terikat kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), kemudian membuat peraturan sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa usia anak Sekolah Dasar kelas atas berusia 10-12 tahun, mempunyai perkembangan fisik yang berpengaruh terhadap kemampuan motoriknya. Rasa ingin tahu anak yang tinggi serta tingkat penalaran yang semakin berkembang. Perlu pengarahan dan juga pemberian pembelajaran dalam bentuk permainan yang sesuai dengan fase perkembangannya. Sehingga dapat mengembangkan kepribadian seutuhnya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan, sehingga dapat dipergunakan sebagai suatu landasan dalam penelitian. Penelitian yang terdahulu yang sehubungan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Aris Widarto (2013) yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri Hargotirto Kokap Kulon Progo”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas atas SD Negeri Hargotirto Kokap Kulon Progo. Penelitian ini adalah penelitian diskriptif, dengan metode pengambilan

data menggunakan teknik tes. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas atas SD Negeri Hargotirto Kokap Kulon Progo yang berjumlah 41 siswa. Tes yang digunakan adalah tes kemampuan motorik. Teknik analisis data menggunakan teknik diskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV, V dan VI SD Negeri Hargotirto Kokap Kulon Progo. Siswa yang kemampuan motorik baik 6 siswa (14,63%), sedang 30 siswa (73,17%), dan kurang 5 siswa (12,20%).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Farida Trilistyani (2015) yang berjudul “Kemampuan Gerak Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Karanganyar Donokerto Turi Sleman Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa yang masih duduk di kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Karanganyar Donokerto Turi Sleman Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif dengan metode survei dalam bentuk tes dan pengukuran meliputi : lari 4x10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, tes lari cepat 30 meter. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V yang berjumlah 45 siswa (20 siswa putra dan 25 siswa putri). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas atas SD Negeri Karanganyar Donokerto Turi Sleman Yogyakarta sebagian besar berkategori sedang, secara rinci sebagai berikut : Tingkat kemampuan motorik siswa putra kelas atas sebesar 0% (0 siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 15% (3 siswa) berkategori tinggi,

sebesar 40% (8 siswa) berkategori sedang, sebesar 30% (6 siswa) berkategori rendah, dan sebesar 15% (3 siswa) berkategori sangat rendah dan tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas atas sebesar 8% (2 siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 16% (4 siswa) berkategori tinggi, sebesar 36% (9 siswa) berkategori sedang, sebesar 24% (6 siswa) berkategori rendah dan sebesar 16% (4 siswa) berkategori sangat rendah.

C. Kerangka Berpikir

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia untuk dapat memperoleh suatu pengetahuan dan pengalaman ataupun keterampilan. Pendidikan sangat penting sebagai dasar pondasi utama bagi pembentukan generasi penerus bangsa yang berpotensi. Generasi yang berpotensi identik dengan generasi yang memiliki kecerdasan kognitif, afektif dan psikomotorik. Melalui pendidikan jasmani di sekolah merupakan salah satu wadah dalam pembentukan generasi yang berpotensi.

Pendidikan Sekolah Dasar sangatlah penting, karena sebagai pondasi awal untuk melanjutkan ke jenjang berikutnya. Pendidikan jasmani merupakan wadah yang mampu berperan mendidik siswa untuk mendekati kesempurnaan hidup yang secara alamiah dapat memberikan masukan yang nyata terhadap kehidupan sehari-hari.

Perkembangan kemampuan gerak bagi siswa kelas atas SD Negeri Keraton Yogyakarta, diartikan sebagai perkembangan dan penghalusan macam gerak dan yang berkaitan dengan pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar. Rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik

untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar semakin ditingkatkan secara optimal.

Kemampuan yang diperoleh pada saat usia pertumbuhan dan perkembangan sangat berguna untuk menguasai teknik gerak dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Oleh sebab itu, seorang yang memiliki kemampuan motorik yang baik akan lebih mudah melakukan tugas geraknya, baik secara kualitas dan kuantitas. Selain itu mampu bertahan lebih lama dalam beraktivitas yang intensif jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan motoriknya kurang.

Dari uraian di atas terlihat bahwa kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran. Kemampuan motorik akan dapat tercapai secara optimal jika metodenya tepat dan dengan aktivitas atau latihan dilakukan secara terus menerus. Oleh karena itu, perlu adanya proses evaluasi dengan melakukan tes dan pengukuran.

Pengukuran dapat dilakukan dengan tes kemampuan motorik terhadap siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta. Sehingga dengan dilakukan tes kemampuan motorik, dapat diketahui seberapa besar kemampuan gerak dasar motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta dan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk menentukan metode yang cocok dalam pembelajaran penjas, selain itu guru dapat meningkatkan keterampilan siswa serta mengarahkan siswa ke keterampilan yang lebih khusus.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung, tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini hanya memfokuskan pada kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta. Secara operasional, kemampuan motorik dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dalam melakukan tugas tes kemampuan motorik yang meliputi tes *shuttle run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter dari tembok, tes *stork stand position balance*, dan tes lari cepat 30 meter, yang diukur dengan tes *motor ability* dari Nurhasan, (2004: 6.6).

C. Populasi Penelitian

Populasi pada prinsipnya adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam satu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian (Sukardi, 2013: 53)

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta yang berjumlah 37 siswa (22 siswa putra dan 15 siswa putri), seluruh siswa kelas IV dan V digunakan sebagai subjek penelitian.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen tes *motor ability* yang digunakan adalah dari Nurhasan. Menurut Nurhasan, (2004: 6.6), tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar bagi siswa sekolah dasar. Instrumen tes *motor ability* dari Nurhasan, sebagai berikut:

a. Kelincahan

Tes *suttle run* 4x10 meter, untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah.

b. Koordinasi

Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik, untuk mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan.

c. Keseimbangan

Tes *stork stand positional balance*, mengukur keseimbangan tubuh.

d. Kecepatan

Tes lari cepat 30 meter, untuk mengukur kecepatan lari cepat.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data tes kemampuan motorik dilaksanakan kurang lebih dua hari. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan alat-alat dan tempat yang digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Mengumpulkan, menyiapkan dan memberikan pemanasan serta memberikan penjelasan pelaksanaan tes kemampuan motorik pada siswa.
- c. Setelah diberikan penjelasan tentang pelaksanaan tes kemudian melakukan pemanasan secukupnya, selanjutnya siswa melakukan tes kemampuan motorik dengan urutan:

1) Kelincahan

Tes Shuttle Run 4x10 meter

Tujuan : Mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah.

Alat/fasilitas : *Stopwatch*, lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter antara garis *start* dan garis *finish*.

Pelaksanaan : *Start* dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” orang coba atau testee berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dengan garis *start*.

2) Koordinasi

Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 Meter ke Tembok

Tujuan : Mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan.

Alat/fasilitas : Bola tenis, *stopwatch*, dan tembok yang rata.

Pelaksanaan : Testee berdiri di belakang garis batas sambil memegang

bola tenis dengan kedua tangan di depan dada. Aba-aba “yak” subjek dengan segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 30 detik.

Skor : Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.

3) Keseimbangan

Tes Stork Stand Positional Balance

Tujuan : Mengukur keseimbangan tubuh.

Alat/fasilitas : *Stopwatch*

Pelaksanaan : Testee berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan, kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah dalam. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin.

Skor : Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

4) Kecepatan

Tes Lari Cepat 30 Meter

Tujuan : Mengukur kecepatan lari-lari cepat

Alat/fasilitas : *Stopwatch*, lintasan lurus dan rata sejauh 30 meter, bendera.

Pelaksanaan : *Start* dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” testee berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya

sedekat mungkin dengan garis *start*. Aba-aba “siap”
 testee siap untuk lari. Aba-aba “yak” testee dengan
 segera lari menuju garis *finish* dengan jarak 30 meter,
 sampai melewati garis *finish*.

Skor : Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari
 sejauh 30 meter.

- d. Masing-masing siswa melakukan tes secara bergantian dengan urutan:
 kelincahan, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan dan yang terakhir
 kecepatan.
- e. Masing-masing hasil tes yang didapatkan siswa dicatat dalam lembar
 pencatatan yang telah disediakan.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian ini adalah dengan persentase. Hasil data kasar yang
 merupakan suatu ukuran yang berbeda tersebut perlu diganti dengan ukuran yang
 sama. Satu ukuran pengganti ini menggunakan *t-score*.

1. Rumus *t-score* untuk tes *shuttle run* 4x10 meter, tes lari cepat 30 meter.

Penghitungannya dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang
 dibutuhkan maka semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *t-*
score adalah sebagai berikut:

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{\bar{x} - x}{SD} \right) \times 10$$

2. Rumus *t-score* untuk tes *stock stand positional balance* dan lempar bola.

Penghitungan dengan satuan waktu, dan satuan jumlah, semakin banyak

waktu atau angka yang dibutuhkan atau diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *t-score* adalah sebagai berikut:

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{x - \bar{x}}{SD} \right) \times 10$$

Keterangan:

x = Skor yang diperoleh

\bar{x} = *Mean* (rata-rata)

SD = *Standar Deviasi*

Sumber: Nurhasan (2004: 8.31)

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk *t-score* dari keempat item tes tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada, hasil dari pembagian tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu : Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah. Pengkategorian kemampuan motorik siswa tersebut menggunakan rumus pengkategorian dari B. Syarifudin (2009: 113), sebagai berikut :

Tabel. Kategori Kemampuan Motorik

Kategori	Interval Skor
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 \text{ SD}$

Keterangan :

X = Skor yang diperoleh

M = *Mean* (rata-rata)

SD = *Standar Deviasi*

Sumber: B. Syarifudin (2009: 113)

Kategori yang sudah didapatkan dari kemampuan motorik kemudian dianalisis untuk dipersentasekan. Untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik siswa kelas atas SD N Keraton Yogyakarta menggunakan rumus persentase dari Anas Sudijono (1992: 40) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Pereentase

f : Skor

N : Jumlah siswa

Sumber : Anas Sudijono (1992: 40)

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa. Kemampuan motorik siswa diamati dari serangkaian tes yang meliputi kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan, yaitu: 1) Tes *shuttle run* 4x10 meter, untuk mengukur kelincahan, 2) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok, untuk mengukur koordinasi mata dan tangan, 3) Tes *stork stand positional balance*, untuk mengukur keseimbangan, 4) Tes lari cepat 30 meter, untuk mengukur kecepatan.

1. Data Kelincahan Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

a. Kelincahan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

Hasil analisis deskriptif data *t-score* kelincahan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 12,39 dan *standar deviasi* sebesar 0.99. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

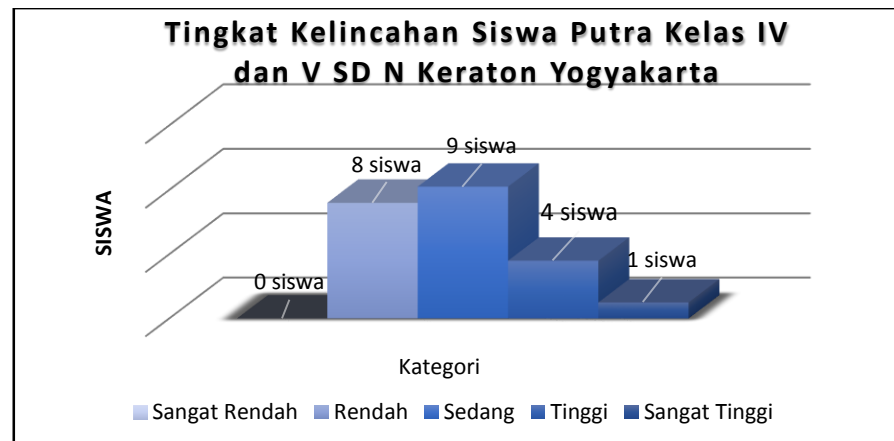
Tabel 1. Kategori Data Kelincahan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 13,88$	Sangat Tinggi	1	5%
$12,89 \leq X < 13,88$	Tinggi	4	18%
$11,90 \leq X < 12,89$	Sedang	9	41%
$10,90 \leq X < 11,90$	Rendah	8	36%
$X < 10,90$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kelincahan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (5%) kategori

sangat tinggi, 4 siswa (18%) kategori tinggi, 9 siswa (41%) kategori sedang, 8 siswa (36%) kategori rendah, 0 siswa (0%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kelincahan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Kelincahan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kelincahan dalam kategori sedang.

b. Kelincahan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

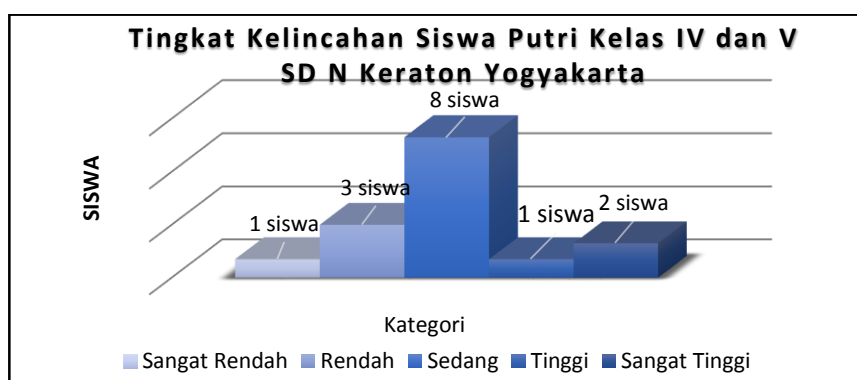
Hasil analisis deskriptif data *t-score* kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 13,22 dan *standar deviasi* sebesar 0,91. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Data Kelincahan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 14,59$	Sangat Tinggi	2	13%
$13,68 \leq X < 14,59$	Tinggi	1	7%
$12,77 \leq X < 13,68$	Sedang	8	53%
$11,86 \leq X < 12,77$	Rendah	3	20%
$X < 11,86$	Sangat Rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 2 siswa (13%) kategori sangat tinggi, 1 siswa (7%) kategori tinggi, 8 siswa (53%) kategori sedang, 3 siswa (20%) kategori rendah, 1 siswa (7%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kelincahan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kelincahan dalam kategori sedang.

2. Data Koordinasi Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

a. Koordinasi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

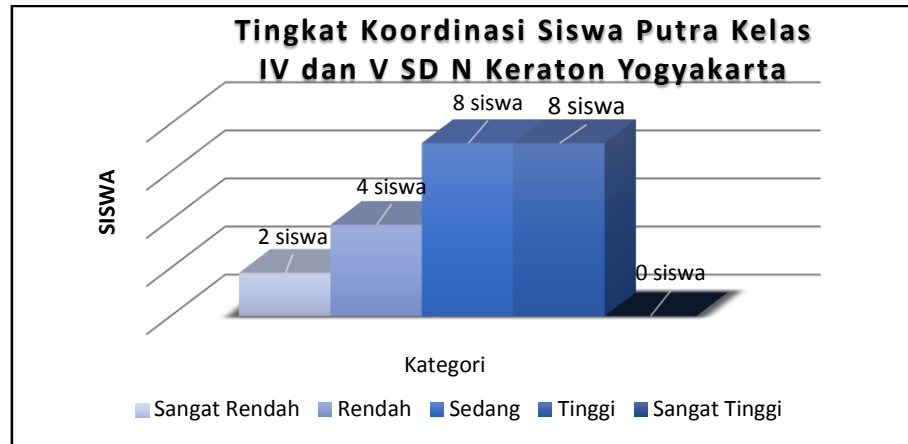
Hasil analisis deskriptif data *t-score* koordinasi siswa putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 15,5 dan *standar deviasi* sebesar 7,78. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Kategori Data Koordinasi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 27,17$	Sangat Tinggi	0	0%
$19,39 \leq X < 27,17$	Tinggi	8	36%
$11,61 \leq X < 19,39$	Sedang	8	36%
$3,83 \leq X < 11,61$	Rendah	4	19%
$X < 3,83$	Sangat Rendah	2	9%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa koordinasi siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 0 siswa (0%) kategori sangat tinggi, 8 siswa (36%) kategori tinggi, 8 siswa (36%) kategori sedang, 4 siswa (19%) kategori rendah, 2 siswa (9%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat koordinasi siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Koordinasi Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat koordinasi dalam kategori tinggi.

b. Koordinasi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

Hasil analisis deskriptif data *t-score* koordinasi siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 17,3 dan *standar deviasi* sebesar 7,81. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

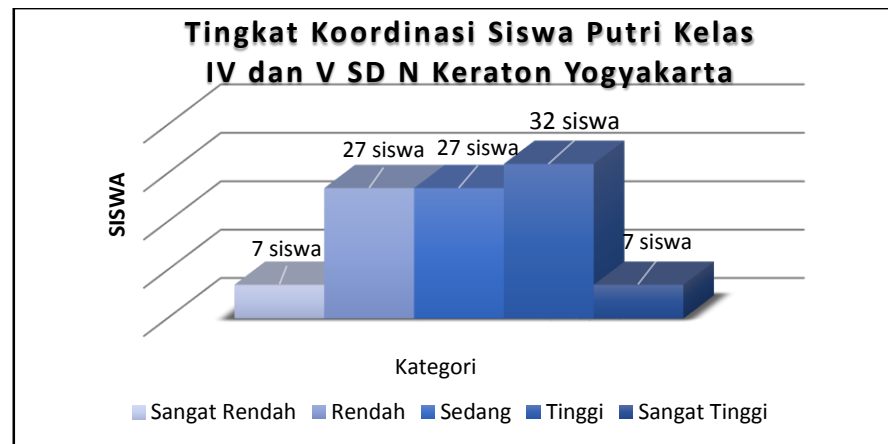
Tabel 4. Kategori Data Koordinasi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 28,85$	Sangat Tinggi	1	7%
$21,04 \leq X < 28,85$	Tinggi	5	32%
$13,23 \leq X < 21,04$	Sedang	4	27%
$5,42 \leq X < 13,23$	Rendah	4	27%
$X < 5,42$	Sangat Rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa koordinasi siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (7%) kategori

sangat tinggi, 5 siswa (32%) kategori tinggi, 4 siswa (27%) kategori sedang, 4 siswa (27%) kategori rendah, 1 siswa (7%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat koordinasi siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Koordinasi Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat koordinasi dalam kategori tinggi.

3. Data Keseimbangan Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

a. Keseimbangan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

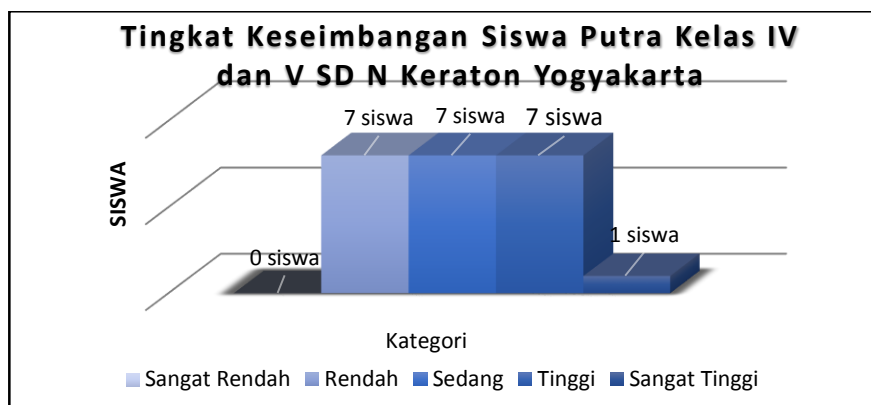
Hasil analisis deskriptif data *t-score* keseimbangan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 22,24 dan *standar deviasi* sebesar 12,31. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Kategori Data Keseimbangan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 40,71$	Sangat Tinggi	1	4%
$28,40 \leq X < 40,71$	Tinggi	7	32%
$16,09 \leq X < 28,40$	Sedang	7	32%
$3,78 \leq X < 16,09$	Rendah	7	32%
$X < 3,78$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa keseimbangan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (4%) kategori sangat tinggi, 7 siswa (32%) kategori tinggi, 7 siswa (32%) kategori sedang, 7 siswa (32%) kategori rendah, 0 siswa (0%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat keseimbangan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Keseimbangan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat keseimbangan dalam kategori tinggi.

b. Keseimbangan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton

Yogyakarta

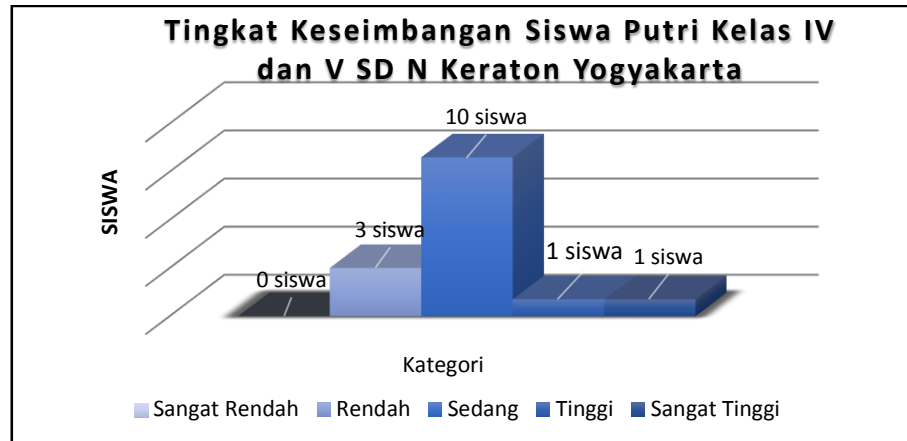
Hasil analisis deskriptif data *t-score* keseimbangan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 20,8 dan *standar deviasi* sebesar 13,45. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Kategori Data Keseimbangan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 40,98$	Sangat Tinggi	1	7%
$27,53 \leq X < 40,98$	Tinggi	1	7%
$14,08 \leq X < 27,53$	Sedang	10	66%
$0,63 \leq X < 14,08$	Rendah	3	20%
$X < 0,63$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa keseimbangan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (7%) kategori sangat tinggi, 1 siswa (7%) kategori tinggi, 10 siswa (66%) kategori sedang, 3 siswa (20%) kategori rendah, 0 siswa (0%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat keseimbangan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Tingkat Keseimbangan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat keseimbangan dalam kategori sedang.

4. Data Kecepatan Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

a. Kecepatan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

Hasil analisis deskriptif data *t-score* kecepatan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 6, dan *standar deviasi* sebesar 0,83. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Kategori Data Kecepatan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,25$	Sangat Tinggi	2	9%
$6,42 \leq X < 7,25$	Tinggi	2	9%
$5,59 \leq X < 6,42$	Sedang	11	50%
$4,76 \leq X < 5,59$	Rendah	6	27%
$X < 4,76$	Sangat Rendah	1	5%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kecepatan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 2 siswa (9%) kategori sangat tinggi, 2 siswa (9%) kategori tinggi, 11 siswa (50%) kategori sedang, 6 siswa (27%) kategori rendah, 1 siswa (5%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kecepatan siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kecepatan Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kecepatan dalam kategori sedang.

b. Kecepatan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta

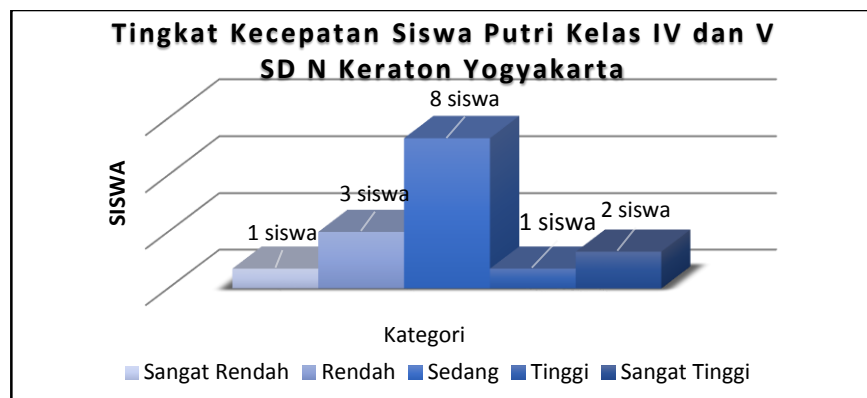
Hasil analisis deskriptif data *t-score* kecepatan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 0,48 dan *standar deviasi* sebesar 6,53. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Kategori Data Kecepatan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,25$	Sangat Tinggi	2	13%
$6,77 \leq X < 7,25$	Tinggi	1	7%
$6,29 \leq X < 6,77$	Sedang	8	53%
$5,81 \leq X < 6,29$	Rendah	3	20%
$X < 5,81$	Sangat Rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kecepatan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (7%) kategori sangat tinggi, 3 siswa (20%) kategori tinggi, 8 siswa (53%) kategori sedang, 1 siswa (7%) kategori rendah, 2 siswa (13%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kecepatan siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Tingkat Kecepatan Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kecepatan dalam kategori sedang.

B. Hasil Analisis Data Penelitian

Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Tingkat kemampuan motorik siswa dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian data didasarkan pada nilai *mean* dan *standar deviasi* hasil penghitungan. Data terlebih dahulu dibuat dalam bentuk *t-score* untuk menyetarakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Data akan diamati berdasarkan komponen kemampuan motorik yang terdiri dari kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan. Selanjutnya seluruh komponen tersebut akan dijumlah, sehingga akan didapat kemampuan motorik siswa. Hasil penghitungan analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD N Keraton

Yogyakarta

a. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD N

Keraton Yogyakarta

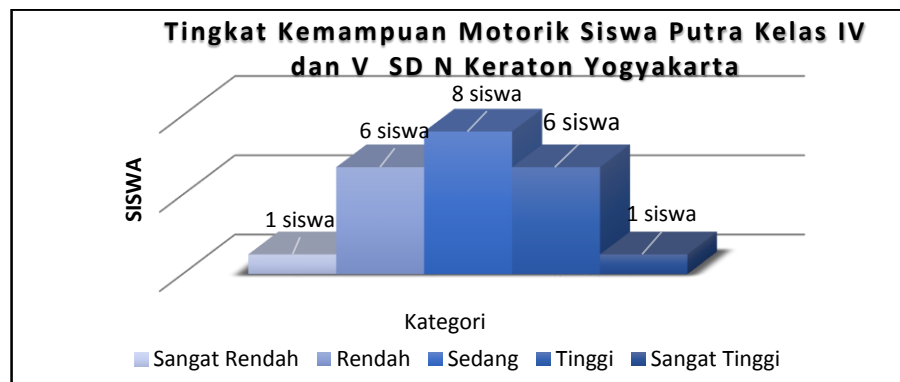
Hasil analisis deskriptif data *t-score* kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 50, dan *standar deviasi* sebesar 7,56. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 9. Kategori Data Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 61,34$	Sangat Tinggi	1	5%
$53,78 \leq X < 61,34$	Tinggi	6	27%
$46,22 \leq X < 53,78$	Sedang	8	36%
$38,66 \leq X < 46,22$	Rendah	6	27%
$X < 38,66$	Sangat Rendah	1	5%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 1 siswa (5%) kategori sangat tinggi, 6 siswa (27%) kategori tinggi, 8 siswa (36%) kategori sedang, 6 siswa (27%) kategori rendah, 1 siswa (5%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kemampuan motorik dalam kategori sedang.

b. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD N

Keraton Yogyakarta

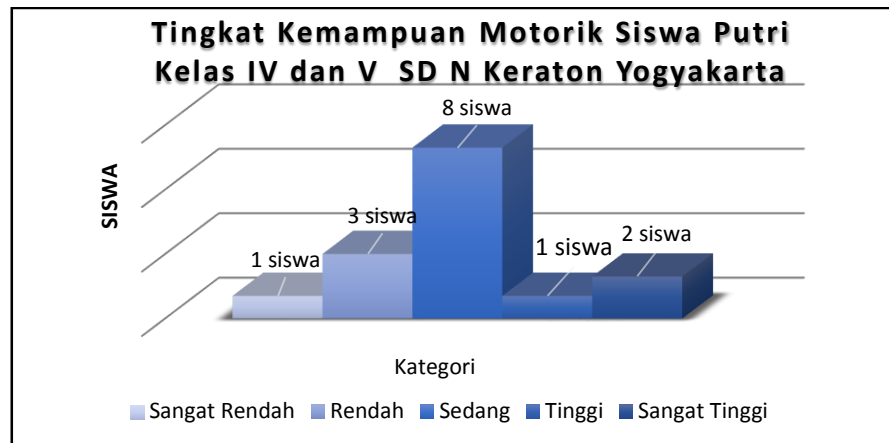
Hasil analisis deskriptif data *t-score* kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta diperoleh nilai *mean* sebesar 50, dan *standar deviasi* sebesar 6,72. Nilai tersebut kemudian digunakan sebagai patokan pengkategorian data dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Kategori Data Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat Tinggi	2	13%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	1	7%
$45 \leq X < 55$	Sedang	8	53%
$35 \leq X < 45$	Rendah	3	20%
$X < 35$	Sangat Rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta adalah 2 siswa (13%) kategori sangat tinggi, 1 siswa (7%) kategori tinggi, 8 siswa (53%) kategori sedang, 3 siswa (20%) kategori rendah, 1 siswa (7%) kategori sangat rendah.

Distribusi frekuensi tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta.

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kemampuan motorik dalam kategori sedang.

C. Pembahasan

Berdasarkan pada hasil penelitian di atas tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta 2015/2016 cukup bervariasi. Dimana tingkat kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta terdapat 1 siswa (5%) kategori sangat tinggi, 6 siswa (27%) kategori tinggi, 8 siswa (36%) kategori sedang, 6 siswa (27%) kategori rendah, 1 siswa (5%) kategori sangat rendah. Sedangkan tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta terdapat 2 siswa (13%) kategori sangat tinggi, 1 siswa (7%) kategori tinggi, 8 siswa (53%) kategori sedang, 3 siswa (20%) kategori rendah, 1 siswa (7%) kategori sangat rendah. Maka sebagian besar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta memiliki kemampuan motorik dalam kategori sedang.

Jarang siswa-siswa tersebut memiliki kemampuan motorik baik sekali atau kurang sekali.

Tinggi rendahnya kemampuan motorik siswa SD N Keraton Yogyakarta tidak hanya diukur dari satu aspek saja, namun akumulasi dari beberapa aspek seperti kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan juga kecepatan. Dilihat dari aspek kecepatan, kemampuan siswa SD N Keraton Yogyakarta sebagian besar mempunyai tingkat kecepatan dalam kategori sedang (sebanyak 52%). Tingkat kemauan siswa SD N Keraton Yogyakarta dalam hal bersaing yang rendah, kondisi yang sudah capek perjalanan ke lapangan, serta belum menemukan irama langkah dan memaksimalkan gerakan tungkai yang seharusnya dapat dilakukan. Menurut Dangsina Moeloek (1984: 7), kurangnya kelenturan pada daerah pinggul dan tungkai atas akan mengurangi kecepatan lari karena hal tersebut meningkatkan tahanan yang dibuat oleh otot antagonis. Kekuatan otot tungkai atas siswa SD N Keraton Yogyakarta bisa dikatakan masih lemah dan perlu adanya latihan.

Aspek kelincahan, sebagian besar siswa SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat kelincahan sedang (sebanyak 46%). Siswa SD N Keraton Yogyakarta beberapa ada yang berbadan besar sehingga dalam mengubah posisi tubuh saat bergerak cepat sangat sukar. Berat badan yang berlebih secara langsung dan bermakna mempengaruhi kelincahan (Dangsina Moeloek, 1984: 9). Selain itu sarana yang terbatas saat pembelajaran berlangsung membuat gerak siswa saat pembelajaran kurang adanya variasi gerak yang mengacu pada kelincahan.

Dilihat dari koordinasi, siswa SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat koordinasi sedang (sebanyak 36%). Koordinasi erat kaitannya dengan tingkat pemahaman siswa, penggunaan sistem saraf, konsentrasi dan alat indra yang perlu dilatih dan dikembangkan. Tingkat koordinasi siswa yang kurang akan menimbulkan banyak sekali kerugian. Menurut Dangsina Moeloek (1984: 11), pada gerak yang tidak mempunyai koordinasi baik, akan mengakibatkan “kerugian”, pengeluaran tenaga yang berlebihan, mengganggu keseimbangan, cepat lelah, kurang tepat sasaran yang diinginkan, bahkan mungkin terjadi cedera. Reaksi siswa SD N Keraton Yogyakarta yang masih lambat dalam menerima rangsangan. Masih sering merasa kurang percaya diri dan takut dalam bermain menggunakan alat seperti bola. Sering kurang fokus dan tingkat konsentrasi yang rendah dan mudah hilang.

Aspek keseimbangan yang dimiliki siswa SD N Keraton Yogyakarta mempunyai tingkat keseimbangan dalam kategori sedang (sebanyak 46%). Kemampuan otot kaki siswa yang masih lemah. Kurangnya konsentrasi dan fokus siswa dikarenakan masih sering bercanda dan bergurau. Sependapat dengan Dangsina Moeloek (1984: 10), bahwa keseimbangan bergantung pada kemampuan integrasi antara kerja indra penglihatan, telinga, dan otot. Perlu peningkatan latihan keseimbangan, fokus, konsentrasi, pendengaran, kekuatan otot dan indra yang lain pada siswa SD N Keraton Yogyakarta, agar kemampuan mempertahankan sikap tubuh yang tepat pada saat melakukan gerakan dapat dilakukan dengan baik.

Setiap aspek-aspek kemampuan motorik penting dipelajari dan dipahami baik oleh guru maupun siswa, apabila kemampuan gerak siswa baik akan memiliki dasar yang baik pula untuk menguasai keterampilan gerak khusus kedepannya. Perkembangan motorik seorang individu kemungkinan besar bisa berjalan optimal jika lingkungan tempat beraktivitas mendukung dan kondusif (Heri Rahyubi, 2012: 226). Halaman yang sempit dan lingkungan sekolah yang sedikit ruang terbuka sangat membatasi aktivitas gerak pada siswa dan merugikan perkembangan kemampuan motoriknya. Sekolah dasar merupakan saat dimana siswa mengalami masa pertumbuhan dan pengenalan gerak dasar.

Pembatasan aktivitas gerak pada siswa akan sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik siswa, karena siswa akan kurang dalam pengalaman gerak. Untuk siswa yang seumuran, biasanya siswa laki-laki lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyesuaikan dengan tugas gerak yang diberikan, karena kemampuan motorik siswa laki-laki biasanya lebih baik daripada siswa perempuan. Menurut Heri Rahyubi (2012: 226) dalam keterampilan motorik tertentu, misalnya olahraga, faktor jenis kelamin cukup berpengaruh. Tetapi tidak selalu demikian, penelitian ini membuktikan perbedaan kemampuan motorik tetapi bukan satu-satunya, karena banyak faktor lain yang mempengaruhi kemampuan motorik siswa.

Hasil penelitian ini hanya mau menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik, karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Kualitas motorik

terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu (Samsudin, 2008: 11). Jadi untuk dapat mengetahui tingkat kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat dari satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya dan juga dilakukan tes dan pengukuran kemampuan motorik. Sehingga guru ataupun orang tua siswa dapat memantau perkembangan motorik siswa dan mengarahkannya dengan memberikan aktivitas dan latihan yang sesuai dengan kondisinya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada uraian di depan maka dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta, untuk siswa putra adalah 1 siswa (5%) kategori “sangat tinggi”, 6 siswa (27%) kategori “tinggi”, 8 siswa (36%) kategori “sedang”, 6 siswa (27%) kategori “rendah”, 1 siswa (5%) kategori “sangat rendah”. Sedangkan untuk kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N Keraton Yogyakarta terdapat 2 siswa (13%) kategori “sangat tinggi”, 1 siswa (7%) kategori “tinggi”, 8 siswa (53%) kategori “sedang”, 3 siswa (20%) kategori “rendah”, 1 siswa (7%) kategori “sangat rendah”. Maka sebagian besar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Keraton Yogyakarta memiliki kemampuan motorik dalam kategori sedang.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti dapat memberikan implikasi sebagai berikut :

1. Bagi guru Pendidikan Jasmani sekolah dasar hasil penelitian ini dapat membantu mengetahui kemampuan motorik siswa di sekolah dasar.
2. Hasil penelitian membantu memberikan tambahan pengetahuan bagi guru Pendidikan Jasmani untuk lebih memperhatikan kemampuan motorik peserta didik, dan dapat menyesuaikan pengajaran dengan kemampuan motorik peserta didiknya.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Di dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari akan adanya keterbatasan dan kekurangan penelitian ini. Keterbatasan selama penelitian, yaitu:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol kondisi fisik dan psikis peserta didik terlebih dahulu apakah peserta didik dalam keadaan fisik yang baik atau tidak saat melakukan tes.
2. Bola yang digunakan memiliki merek yang berbeda dan tidak diketahui tekanannya.
3. Tempat untuk pengambilan data seperti lapangan yang cukup jauh memungkinkan sebagian anak mengalami kelelahan.
4. Keterbatasan tempat yang digunakan dalam pengambilan data, seperti pengambilan data dilaksanakan di halaman yang berbeda.

D. Saran

Dari kesimpulan-kesimpulan di atas saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Kepada para guru dan orang tua agar tidak membatasi anak bergerak pada setiap kesempatan waktu luangnya.
2. Alat dan fasilitas pendukung pembelajaran penjas perlu ditambah di sekolah agar anak memperoleh kesempatan bergerak dengan baik dan bervariasi gerakannya.
3. Kepada para peneliti disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan melibatkan populasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Anas Sudjono. (1992). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Aris Widarto. (2013). Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri Hargotirto Kokap Kulon Progo. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- B. Syarifudin. (2009). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Dangsina Moeloek. (1984). *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Depdiknas. (2002). *Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah*. Jakarta: Depdiknas.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Elizabeth B. Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama.
- Farida Trilystiani. (2015). Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Karanganyar Donokerto Turi Sleman Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Heri Rahyubi. (2012). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka: Referens.
- H.Syamsu Yusuf. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Husdarta dan Yudha M. (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdiknas.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Oemar Hamalik. (2013). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Rusli Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdiknas.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera Prenada Media Goup.

- Sukardi. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Depdiknas.
- Trianto. (2011). *Pengantar Penelitian Pendidikan bagi Pengembangan Profesi Pendidikan & Tenaga Kependidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Yhana Pratiwi dan M. Kristanto. (2015). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2015/2015. *Jurnal Penelitian PAUDIA*. Hlm.18-39.

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 225.a/UN.34.16/PP/2016. 27 April 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Firman Ardiansyah.
NIM : 12604221045.
Program Studi : PGSD Penjas.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 2 Mei s/d 2 Juli 2016.
Tempat/Obyek : SD N Keraton Yogyakarta.
Judul Skripsi : Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas IV dan V SDN Keraton Yogyakarta.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.






Dekan,
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIE. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Keraton Yogyakarta.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Sertifikat Kalibrasi Stopwatch

 <p>PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>					
<p>SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE Nomor : 5054 / SW - 75 / XI / 2015 Number</p>					
<table border="1"> <tr> <td>No. Order</td> <td>: 008697</td> </tr> <tr> <td>Diterima tgl</td> <td>: 16 November 2015</td> </tr> </table>		No. Order	: 008697	Diterima tgl	: 16 November 2015
No. Order	: 008697				
Diterima tgl	: 16 November 2015				
<p>ALAT Equipment</p> <p>Nama : Stopwatch Name Kapasitas : 9 jam Capacity Daya Baca : 0,01 detik Accuracy</p>	<p>Tipe/Model : Type/Model Nomor Seri : Serial number Merek/Buatan : Trade Mark/Manufaktur</p>				
<p>PEMILIK Owner</p> <p>Nama : Desy Arisandi Name Alamat : Tukluk, Semin, Gunung Kidul Address</p>					
<p>METODE, STANDAR, TELUSURAN Method, Standard, Traceability</p> <p>Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument Method Standar : Casio HS-80TW.IDF Standard Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN Traceability</p>					
<p>TANGGAL DIKALIBRASI Date of Calibrated : 16 November 2015</p> <p>LOKASI KALIBRASI Location of calibration : Balai Metrologi Yogyakarta</p> <p>KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI Environment condition of calibration : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%</p> <p>HASIL Result : Lihat sebaliknya</p>					
<p>Yogyakarta, 23 November 2015</p> <p>Kapala</p> <p> Sp. Darmono, SE NIP. 19580114 197903 1 006</p> <p></p>					
<p>Halaman 1 dari 2 Halaman</p>	<p>FBM.22-02.T</p>				
<p>DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA</p>					

HASIL KALIBRASI
RESULT OF CALIBRATION

I. DATA KALIBRASI

Calibration data

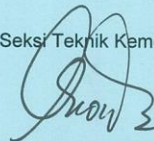
1. Referensi : Desy Arisandi
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI

Result of Calibration



Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"01
00,05'00"00	00,04'59"99
00,10'00"00	00,10'00"00
00,15'00"00	00,15'00"01
00,30'00"00	00,29'59"99
00,59'00"00	00,58'59"99

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE. MM
NIP.19610807.198202.1.007

Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi Ban Ukur

 <p>PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>	
<p>SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE Nomor : 318 / UP - 042 / 1 / 2016 Number</p>	
<p>No. Order : 008895 Diterima tgl : 25 Januari 2016</p>	
<p>ALAT Equipment</p>	<p>Nama : Ban Ukur Kapasitas : 50 meter Daya Baca : 10 mm Tipe/Model : Nomor Seri : Merek/Buatan : HKV</p>
<p>PEMILIK Owner</p>	<p>Nama : NINDA NURMALIA Alamat : Jl. Bugisan Selatan, Tegai Senggatan, Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul</p>
<p>METODE, STANDART, TELUSURAN Method, Standard, Traceability</p>	<p>Metode : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010 Standard : Komparator 10 m Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN</p>
<p>TANGGAL TERA ULANG Date of Verification</p>	<p>: 25 Januari 2016</p>
<p>LOKASI TERA ULANG Location of Verification</p>	<p>: Balai Metrologi Yogyakarta</p>
<p>KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG Environment condition of Verification</p>	<p>: Suhu : 28°C ± 2°C ; Kelembaban : 54% ± 10%</p>
<p>HASIL TERA ULANG Result of verification</p>	<p>: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016</p>
<p>DITERA ULANG KEMBALI Reverification</p>	<p>: 25 Januari 2017</p>
<p>Yogyakarta, 26 Januari 2016</p> <p> Sudaryono, SE NIP. 19660114 197903 1 006</p>	
<p>Halaman 1 dari 2 Halaman</p>	<p>FBM.22-01.T</p>
<p>DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA</p>	

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN
Verification data

1. Referensi : NINDA NURMALIA
2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000,00
10 - 20	2000,00
20 - 30	3000,00
30 - 40	4000,00
40 - 50	5000,00

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007

Lampiran 4. Surat Keterangan

**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**
DINAS PENDIDIKAN
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH SELATAN
SEKOLAH DASAR NEGERI KRATON
Jl. Ngasem no.38 Yogyakarta Tlp. (0274) 417 479 Kode Pos 55132
Hot Line Sms SD Kraton: 085290967980 E-Mail : sd.kraton@yahoo.co.id
HOT LINE SMS : 08122780001 HOT LINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id
WEB SITE : www.jogjakota.go.

SURAT KETERANGAN
NOMOR: 423/064

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUKEMI ,S.Pd
NIP : 19600527 198201 2 007
Pangkat / Golongan : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala Sekolah

Nama tersebut dibawa :

Nama : Firman Ardiansyah
NIM : 12604221045
Program Studi : PGSD Penjas Universitas Negeri Yogyakarta

telah melakukan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi dari tanggal 4 sd 5 Mei 2016.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Juni 2016
Kepala Sekolah

SUKEMI ,S.Pd
NIP 19600527 198201 2 007



Lampiran 5. Tabel Data Kasar Siswa Kelas IV

DATA KASAR														
SISWA KELAS IV SD N KERATON YOGYAKARTA														
No.	Nama	Jenis Kelamin	Shuttle Run 4x10 m (detik)			Lempar tangkap bola (point)			Stork Stand Position Balance (detik)			Lari Cepat 30 m (detik)		
			I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik
1.	A.S.	L	13.5	13.5	13.5	20	23	23	29.79	14.01	29.79	5.93	6.06	5.93
2.	A.B.	L												
3.	A.P.	P	14.20	14.97	14.20	16	10	16	4.89	7.57	7.57	6.19	6.42	6.19
4.	A.U.	P	13.37	13.27	13.27	27	11	27	07.25	22.46	22.46	6.85	6.38	6.38
5.	E.P.	L	11.63	11.60	11.60	21	17	21	33.99	21.48	33.99	5.57	5.24	5.24
6.	F.M.	P	12.84	14.16	12.84	11	24	24	09.14	06.36	09.14	6.48	6.69	6.48
7.	G.P.	L	11.41	11.72	11.41	14	12	14	24.86	29.09	29.09	5.76	5.80	5.76
8.	H.H.	P	13.16	13.21	13.16	17	24	24	06.81	116.16	116.16	6.56	6.92	6.56
9.	H.S.	L	15.52	16.38	15.52	0	0	0	15.15	06.98	15.15	8.49	9.66	8.49
10.	H.E.	P	15.30	15.28	15.28	5	16	16	13.15	34.52	34.52	7.19	7.58	7.19
11.	I.R.R.	P												
12.	J.Y.	L	12.50	12.39	12.39	13	10	13	17.46	26.39	26.39	6.09	5.58	5.58
13.	L.D.	P	13.30	13.53	13.30	4	5	5	25.45	11.44	25.45	7.78	7.40	7.40
14.	M.A.P	L	11.80	12.12	11.80	14	26	26	25.96	39.00	39.00	5.75	5.80	5.75
15.	M.P.	L	12.30	14.66	12.30	21	20	21	13.95	10.71	13.95	6.10	5.88	5.88
16.	M.F.	L	11.76	11.50	11.50	20	22	22	19.72	09.55	19.72	4.66	5.26	4.66
17.	M.I.	L												
18.	M.M.	P	14.63	17.55	14.63	9	5	9	10.28	15.80	15.80	7.28	7.99	7.28
19.	N.K.	P	12.99	12.94	12.94	24	19	24	24.33	10.63	24.33	7.06	6.22	6.22
20.	N.I.	P	13.49	13.53	13.49	5	9	9	08.24	18.50	18.50	6.58	6.83	6.58
21.	O.C.	P	12.93	13.37	12.93	2	11	11	21.15	1.03.13	1.03.13	6.68	6.38	6.38
22.	S.P.	P	12.27	12.89	12.27	17	16	17	19.94	16.59	19.94	6.20	5.95	5.95
23.	W.N.	L	12.07	13.06	12.07	5	6	6	08.09	06.34	08.09	6.24	6.28	6.24
24.	W.M.	P	12.67	13.13	12.67	0	7	7	06.48	17.46	17.46	6.37	7.27	6.37
Nb : 3 siswa tidak masuk dan tidak mengikuti tes														

Lampiran 6. Tabel Data Kasar Siswa Kelas V

DATA KASAR														
SISWA KELAS V SD N KERATON YOGYAKARTA														
No.	Nama	Jenis Kelamin	Shuttle Run 4x10 m (detik)			Lempar tangkap bola (point)			Stork Stand Position Balance (detik)			Lari Cepat 30 M (detik)		
			I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik	I	II	Hasil Terbaik
1.	A.S.	L	11.49	11.60	11.49	12	7	12	29.63	34.60	34.60	5.18	5.63	5.18
2.	A.S.	L	12.75	13.16	12.75	17	16	17	07.01	19.23	19.23	6.03	6.57	6.03
3.	A.A.	L	11.70	12.21	11.70	19	16	19	52.74	23.24	52.74	5.23	5.23	5.23
4.	A.D.	L	13.35	13.52	13.35	4	7	7	4.44	4.90	4.90	6.73	6.40	6.40
5.	C.A.	L	13.64	13.64	13.64	11	18	18	12.62	19.10	19.10	6.67	9.62	6.67
6.	D.R.	L	12.21	12.70	12.21	19	23	23	34.41	27.52	34.41	5.33	5.26	5.26
7.	F.A.	L	12.24	12.70	12.24	0	1	1	20.39	11.99	20.39	6.55	6.66	6.55
8.	F.H.	P	11.73	11.76	11.73	29	28	29	07.21	19.58	19.58	5.74	5.60	5.60
9.	J.M.	L	11.20	11.91	11.20	10	12	12	16.92	12.66	16.92	5.68	5.28	5.28
10.	K.N.	L	12.94	12.31	12.31	6	10	10	05.23	03.80	05.23	5.96	6.16	5.96
11.	M.S.	L	13.31	13.66	13.31	18	25	25	2.88	8.64	8.64	6.41	6.26	6.26
12.	M.F.	L	13.39	12.51	12.51	27	21	27	9.21	6.35	9.21	6.35	6.31	6.31
13.	M.N.F.	L	12.07	11.96	11.96	8	11	11	30.73	23.24	30.73	6.07	6.15	6.07
14.	N.I.P.	P	13.37	13.05	13.05	3	15	15	16.30	12.14	16.30	7.12	6.69	6.69
15.	P.Y.	P	12.76	12.54	12.54	24	24	24	15.42	6.84	15.42	6.66	7.06	6.66
16.	R.P.	L	12.16	11.76	11.76	13	9	13	18.19	16.56	18.19	5.37	5.87	5.37
17.	R.U.H.	L												

Nb : 1 siswa tidak masuk dan tidak mengikuti tes

Lampiran 7. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putra

HASIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SD N KERATON YOGYAKARTA													
Tes Kemampuan Motorik													
No.	Nama	Kelas	Shuttle Run 4 x 10 meter		Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter		Stork Stand Positional Balance		Lari Cepat 30 Meter		Total Skor	KM	Kategori
			Detik	T Score	Point	T Score	Detik	T Score	Detik	T Score			
1.	A.S.	IV	13,5	38,79	23	59,64	29,79	56,13	5,93	50,84	205,4	51,35	Sedang
2.	E.P.	IV	11,6	57,98	21	57,07	33,99	59,55	5,24	59,16	233,76	58,44	Tinggi
3.	G.P.	IV	11,41	59,99	14	48,07	29,09	55,56	5,76	52,89	216,51	54,13	Tinggi
4.	H.S.	IV	15,52	18,38	0	30,08	15,15	44,24	8,49	20	112,7	28,18	Sangat Rendah
5.	J.Y.	IV	12,39	50	13	46,79	26,39	53,37	7,4	33,13	183,29	45,82	Rendah
6.	M.A.	IV	11,8	55,96	26	63,5	39	63,61	5,75	53,01	236,08	59,02	Tinggi
7.	M.P.	IV	12,3	50,91	21	57,07	13,85	43,18	5,88	51,45	202,61	50,65	Sedang
8.	M.F.	IV	11,5	58,99	22	58,35	19,72	47,95	4,66	66,14	231,43	57,86	Tinggi
9.	W.N.	IV	12,07	53,23	6	37,79	8,09	38,5	6,37	45,54	175,06	43,77	Rendah
10.	A.S.	V	11,49	59,09	12	45,5	34,6	60,04	5,18	59,88	224,51	56,13	Tinggi
11.	A.S.	V	12,75	46,36	17	51,93	19,23	47,55	6,03	49,64	195,48	48,87	Sedang
12.	A.A.	V	11,7	56,97	19	54,5	52,74	74,78	5,23	59,28	245,53	61,38	Sangat Tinggi
13.	A.D.	V	13,35	40,3	7	39,07	4,9	35,91	6,4	45,18	160,46	40,12	Rendah
14.	C.A.	V	13,64	37,37	18	53,21	19,1	47,45	6,67	41,93	179,96	44,99	Rendah
15.	D.R.	V	12,21	51,82	23	59,64	34,41	59,89	5,26	58,96	230,31	57,58	Tinggi
16.	F.A.	V	12,24	51,52	1	31,36	20,39	48,5	6,55	43,37	174,75	43,69	Rendah
17.	J.M.	V	11,2	62,02	12	45,5	16,92	45,68	5,28	58,67	211,87	52,97	Sedang
18.	K.N.	V	12,31	50,81	10	42,93	5,23	36,18	5,96	50,48	180,4	45,10	Rendah
19.	M.S.	V	13,31	40,71	25	62,21	8,64	38,92	6,26	46,87	188,71	47,18	Sedang
20.	M.F.	V	12,51	48,79	27	64,78	9,21	39,42	6,31	46,27	199,26	49,82	Sedang
21.	M.N.	V	11,96	54,34	11	44,22	30,73	56,9	6,07	49,16	204,62	51,16	Sedang
22.	R.P.	V	11,76	56,36	13	46,79	18,19	46,71	5,37	57,59	207,45	51,86	Sedang
Jumlah			272,52	1101	341	1100	489,36	1100	132,05	1099	4400,2	1100	
Mean/Rata-rata			12,39	50	15,5	50	22,24	50	6,00	50	200,01	50	
Standar Deviasi			0,99	10	7,78	10	12,31	10	0,83	10	30,242	7,56	
Skor Maksimal			15,52	62,02	27	64,78	52,74	74,78	8,49	66,14	245,53	61,38	
Skor Minimal			11,2	18,38	0	30,08	4,9	35,91	4,66	20	112,7	28,18	
X ≥ 61,34											1	5%	Sangat Tinggi
53,78 ≤ X < 61,34											6	27%	Tinggi
46,22 ≤ X < 53,78											8	36%	Sedang
38,66 ≤ X < 46,22											6	27%	Rendah
X < 38,66											1	5%	Sangat Rendah

Lampiran 8. Hasil Kemampuan Motorik Siswa Putri

HASIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA PUTRI KELAS IV DAN V SD N KERATON YOGYAKARTA													
Tes Kemampuan Motorik													
No.	Nama	Kelas	Shuttle Run 4 x 10 meter		Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter		Stork Stand Positional Balance		Lari Cepat 30 Meter		Total	KM	Kategori
			Detik	T Score	Point	T Score	Detik	T Score	Detik	T Score	Skor		
1.	A.P.	IV	14,2	39,18	16	48,55	7,57	42,88	6,19	57,08	187,69	46,92	Sedang
2.	A.U.	IV	13,27	49,45	27	62,64	22,46	48,21	6,38	53,12	213,42	53,36	Sedang
3.	F.M.	IV	12,84	54,19	24	58,8	9,14	43,44	6,48	51,04	207,47	51,87	Sedang
4.	H.H.	IV	13,16	50,66	24	58,8	16,16	81,73	6,56	49,38	240,57	60,14	Sangat Tinggi
5.	H.E.	IV	15,28	27,26	16	48,55	34,52	52,52	7,19	36,25	164,58	41,15	Rendah
6.	L.D.	IV	13,3	49,15	5	34,47	25,45	49,28	7,4	31,88	164,78	41,20	Rendah
7.	M.M.	IV	14,63	34,44	9	39,59	15,8	45,82	7,28	34,38	154,23	38,56	Sangat Rendah
8.	N.K.	IV	12,94	53,09	24	58,8	10,63	43,97	6,22	56,46	212,32	53,08	Sedang
9.	N.I.	IV	13,49	47,02	9	39,59	18,5	46,79	6,58	48,96	182,36	45,59	Rendah
10.	O.C.	IV	12,93	53,2	11	42,15	63,13	62,76	6,38	53,13	211,24	52,81	Sedang
11.	S.P.	IV	12,27	60,49	17	49,83	19,94	47,31	5,95	62,08	219,71	54,93	Tinggi
12.	W.M.	IV	12,67	56,07	7	37,03	17,46	46,42	6,37	53,33	192,85	48,21	Sedang
13.	F.H.	V	11,73	66,45	29	65,2	19,58	47,18	5,6	69,37	248,2	62,05	Sangat Tinggi
14.	N.I.	V	13,05	51,88	15	47,27	16,3	46	6,69	46,67	191,82	47,96	Sedang
15.	P.Y.	V	12,54	57,51	24	58,8	15,42	45,69	6,66	47,29	209,29	52,32	Sedang
Jumlah			198,3	750	257	750	312,06	750	97,93	750	3000,5	750	
Mean/Rata-rata			13,22	50	17,13	50	20,80	50	6,53	50	200,04	50,01	
Standar Deviasi			0,91	10	7,81	10	13,45	10	0,48	10	26,897	6,72	
Skor Maksimal			15,28	66,45	29	65,2	63,13	81,73	7,4	69,37	248,2	62,05	
Skor Minimal			11,73	27,26	5	34,47	7,57	42,88	5,6	31,88	154,23	38,56	
X ≥ 60,08											2	13%	Sangat Tinggi
53,36 ≤ X < 60,08											1	7%	Tinggi
46,64 ≤ X < 53,36											8	53%	Sedang
39,92 ≤ X < 46,64											3	20%	Rendah
X < 39,92											1	7%	Sangat Rendah

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Menyiapkan dan Memberikan Pemanasan serta Penjelasan Kepada siswa.



Gambar 2. Tes Kelincahan (*Shuttle Run 4x10 m*).



Gambar 3. Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 Meter ke Tembok



Gambar 4. Tes Keseimbangan (*Stork Stand Positional Balance*)



Gambar 5. Tes Kecepatan (Lari Cepat 30 meter)



Gambar 6. Foto Bersama Siswa

